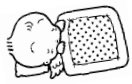
いつでも　どこでも　だれでも　なにからでも　足寄町の生涯学習

回 覧

子育て支援情報紙



えんぜる

第341号

令和　8年　10月　1日
足寄町教育委員会
TEL 0156-25-3188
バックナンバーはこちら

10月　子育て支援カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6 えんぜる編集会議	7 おはなし「たんぽぽ」 11:00~11:30 対象:3歳未満 こども園開放 10:30~11:30 対象:未入園児	8	9	10
11	12 スポーツの日	13	14 すくすく 10:10~11:50 町民センター	15	16	17
18	19	20 つどいの広場 （お楽しみ会） 10:30~11:00	21 ひよこクラブ 自由遊び	22	23 乳幼児相談（フリー） 13:00~14:30	24 絵本の会はらっぱ 11:00~11:30 対象者：どなたでも
25	26	27 リサイクルの日 10:00~11:15 町民センター	28	29	30	31

紙面

二面…保護者の目線での情報『第3回足寄町フリーマーケット』
三面…ひよこクラブだより・助産師さんコーナー
四面…お勧めの本・編集後記

つどいの広場　⇒ 子どもセンターで、毎週：月・火・木・金の9:30~11:30、事前予約不要、詳細は子どもセンター【TEL0156-25-4415】まで
児童館・つどいの広場⇒ 月~金10：00~11：50 開放:詳細→【TEL0156-25-7575】
ひよこクラブ⇒問合せは、子どもセンター【TEL0156-25-4415】まで　☆　むすびれっじ「こどもの広場」土日祝開放

☆子育て支援・学習と交流の会「すくすく」の参加者募集について☆

10月14日（水）に町民センターで開催する第５回「すくすく」では、町の図書館司書が絵本選びと読み聞かせのコツをお教えします。絵本は子育ての強い味方！わが子にぴったりの絵本の見つけ方や親子で楽しむ時間の作り方などを学んでみませんか。なお、「すくすく」では託児もご用意しています。小さなお子さまがいても安心してお越しください。お申し込みはQRコードから受け付けています。

お申し込みは下記
QRコードから
随時受付中

第3回足寄町フリーマーケット

あしょろの循環を考える～



2025年2月にスタートした、足寄町フリーマーケット。年に一度、町のゴミのことや不用品について考える＆行動するBIGイベントになっています。第３回の内容について、代表の儀間芙沙子さんにインタビューしました。

儀間さんからのメッセージ
フリマの醍醐味　みどころ



今年も『足寄町まちづくり活動支援補助金』を活用し、不用品を再利用したい思いで開催させていただきます。出店者さんは不用品を活用してくださる方にリアルで渡す機会に。来場の皆さまは品物のストーリーを聞くなど対面ならではの「温度感」や「自由さ」を感じる機会に。年齢性別問わず参加でき、様々なものが行き交う”フリー”なところが面白いと思っています。今回もより楽しんでいただけるよう準備を進めていますので、当日会場にて皆様のご来場をお待ちしております！！

今回の内容は以下の通りです

・フリーマーケット20店舗出店
・資源回収 ・古本回収
・ひまわり食堂さん食品回収
・廃材ワークショップ
・整理収納アドバイザー
　柴田円里さん（士幌町在住）講演会
・飲食店も多数出店予定
・足寄中学校吹奏楽部公演

※出店者の募集締め切りは9/30終了








第2回足寄町フリーマーケットの様子

開催日時と会場

2026年12月13日(日)　　10：00～14：00

会場：足寄町民センター　多目的ホール



足寄リサイクル推進委員会
儀間芙沙子・三宅仁美・留田茜
ashoro.fleamarket@gmail.jp

@ASHORO.FLEAMARKET

ご来場お待ちしております！

☆ひよこクラブだより☆

7 月の活動は消防署見学でした。救急車と消防車に乗せてもらい、放水体験もさせて頂きました。暑い日だったこともあり、子ども達は水に触れて楽しんでいました。また現場で使用されるのは足寄が全国初！という救急電動ストレッチャーを見せて頂きました。ボタンを押すとスムーズに昇降できる最新機器を見られて貴重な体験ができました。

10 月はネイパル足寄へ行って遊びます。ご参加お待ちしています！

↑ひよこクラブのグループＬＩＮＥ↑





～助産師さんコーナー～

無痛分娩で知っておきたい3つのこと

・「無痛分娩って、本当に痛くないの？」
・「赤ちゃんへの影響は？」
　そんな声を、妊婦健診の中でよく耳にします。日本でも無痛分娩を選ぶ方は年々増えています。
　そこで、知っておいてほしい3つのことをお伝えします。

①「無痛」でも、痛みがゼロになるわけではない
　背中から細い管を入れて麻酔薬を届ける「硬膜外鎮痛」という方法が一般的です。意識はあるまま、陣痛の痛みをやわらげてお産を進めていきます。
　効き方には個人差があり、痛みが完全になくなるとは限りません。お腹の張りや、赤ちゃんが下りてくる圧迫感を感じることもあります。

② お産の進み方が、少し変わることもある
　痛みがやわらぐのは、無痛分娩の大きな魅力です。その一方で、麻酔の影響で足の感覚や「いきむ感覚」がつかみにくくなったり、赤ちゃんが生まれるまでの時間、特に後半が長くなったりすることがあります。
　状況によっては、吸引分娩や鉗子分娩で少しお手伝いすることも。無痛分娩に限らず、お母さんや赤ちゃんの状態次第で帝王切開に切り替わることもあります。
　「無痛だから必ず大丈夫」というわけではない、ということも知っておいてもらえたらと思います。どの分娩方法であっても、妊娠期間からの体作りは重要になります。

③ 大切なのは「自分がどんなお産をしたいか」
　「痛みに耐えてこそお母さん」ではありません。
かといって、無痛分娩を選べば必ず楽になる、というものでもありません。
　どの方法にも、メリット・デメリットがあります。イメージだけで決めず、医師や助産師の説明をしっかり聞きながら、自分が大切にしたいことを考えてみてくださいね。
　無痛分娩も、赤ちゃんに会うためのひとつの道です。気になることがあれば、妊娠中から相談してみてください。

【発行者】　足寄町教育委員会　生涯学習室　生涯学習担当

☆☆☆私の見つけたお勧めの『本』☆☆☆

『すきになったら』

作：ヒグチ ユウコ　　出版：ブロンズ新社



「古典になりそうな恋愛絵本。文と絵がだきあっているかのようだよ」――多方面で活躍されている、糸井重里さんのコメントです。読者からは、このような感想が寄せられています。

・「何度読んでも涙があふれてしまう。究極のうつくしいおはなしだと思います」・「一言一言がとてもシンプルなのに心に沁みわたります」・「大切な気持ちを思い出させてくれてありがとう」・「忘れてしまうほど長い間、誰かを好きになっていなかったと気づきました」子どもにも大人にも、ぜひ手に取ってみてほしい一冊です。

『ゴミはボクらのたからもの』

作・絵：326（ナカムラ ミツル）　　出版：幻冬舎

ゴミのかいせつ・絵：マシンガンズ滝沢



イラストレーターの 326（ナカムラミツル）氏と、お笑い芸人兼清掃員のマシンガンズ滝沢氏による、ゴミについて考える初めての絵本です。ヒーローごっこが大好きな少年たけしくんは、ある日青いかいじゅうに乗った悪者たちを見つけます。

悪者たちをこらしめようと後をついていくと、そこにはたくさんのゴミ袋が積まれていました。これをきっかけにたけしくんは、「回収されたゴミは、どうなるのか」「なぜ分別が必要なのか」などについて学んでいくことになります。

ゴミ清掃員の仕事やゴミを出す際のマナーなど、子どもだけではなく大人でも意外と知らなかったことがユーモアを交えつつ、わかりやすく描かれている作品です。

編集後記

この夏、我が家には道外から３組のお客さまが遊びに来てくれました。１組目のお客さまは、夫の同級生。関東方面からおじさん３名でのお越しです（笑）。軽トラの荷台に乗って牧場ツアーに出発！放牧地の真ん中で牛を見ながら牧場アイスを食べて、計４名のおじさん達はワイワイ楽しんでいました♪

２組目のご家族は、愛知から。うちには１時間ほどの滞在でしたが、運よく牛の出産にも立ち会えて、小学生と保育園のお子さん達は子牛をタオルで一生懸命に拭いてくれました。終始「子牛かわいい、かわいい♡」と言ってくれていました。

３組目は、熊本からお越しの親子。震災直後でしたが、大きな被害もなく予定通りに来られました。高校生のお子さんには牛のお世話をしっかり手伝っていただき、搾乳も何頭か経験してもらいました。全てが初めてでしたが、真剣に取り組んでくれました。獣医も将来の職業候補の１つだそうで、「もしそうなったら北海道で就職してほしいな」と楽しみになりました。

皆さんの思い出の中に、わが家での体験が少しでも残ってくれたら良いな、と思うのでした。

各地のお客さまと、ご近所さんからもお土産を頂いて、わが家は一時的にお土産の山ができるほどに。十勝から一歩も外に出ていない夏休みだったのに、〝お土産日本旅行〟を存分に楽しませてもらいましたよ。

（編集委員　Ｙ・Ｍ）

【発行者】　足寄町教育委員会　生涯学習室　生涯学習担当